



Vernaison - Déjeuner

Du 04 nov. au 10 nov.

Du 11 nov. au 17 nov.

Du 18 nov. au 24 nov.

Du 25 nov. au 01 déc.

LUNDI

Lasagnes bolognaise
Vache qui rit **BIO**
Compote pomme abricot



MARDI

Betteraves en salade
Gratin de céréales et petits légumes
(plat complet végétarien)
Yaourt halloween



MERCREDI

Céleri râpé frais **BIO** sauce cocktail
Sauté de volaille au curry
Coquillettes **BIO**
Flan chocolat



JEUDI

Potage parmentier
Jambon blanc
Haricots verts **BIO** persillés
Fruit **BIO** de saison



VENDREDI

Duo de choux frais
Filet de colin sauce citron
Riz **BIO**
Gâteau du chef framboise et speculoos



Filet de poisson meunière
Petits pois au jus
Camembert **BIO**
Fruit de saison

Tortillas pomme de terre et oignons
Poêlée bretonne (brocolis, choux fleurs)
Gouda
Compote de pommes **BIO**

Macédoine mayonnaise
Lasagnes de légumes
Yaourt nature **BIO** Local (vrac)

Salade coleslaw
Sauté de bœuf façon bourguignon
Aligot
Crème à la vanille

Salade de blé à l'orientale
Calamar à la romaine
Carottes **BIO** à la crème
Flan chocolat

Salade verte
Emincé de volaille basquaise
Semoule **BIO**
Yaourt nature **BIO**

Filet de colin sauce oseille
Riz **BIO**
Saint paulin
Barre bretonne

Velouté de légumes du chef
Croziflette *
Fruit **BIO** de saison

Omelette nature
Epinards hachés **BIO**
Petit Moulé Nature
Gâteau au chocolat du chef

Aiguillettes de poulet au thym
Flageolets au jus
Emmental **BIO**
Fruit de saison

Salade iceberg
Tarte au fromage fraîche
Poireaux frais et Pommes de terre
béchamel
Crème caramel (Ferme du Chambon)

Canelonis à la tomate
Petite tomme **BIO** du Trièves
Fruit **BIO** de saison

Paleron de boeuf VBF sauce tomate
Purée de courges
Yaourt nature **BIO**
Gâteau du chef à la fleur d'oranger

Terrine de campagne *
Blanquette de poisson
Pommes vapeur
Fruit **BIO** de saison

RECETTE ANTI-GASPI'

Un moyen de lutter contre le gaspillage alimentaire !

10M de tonnes d'aliments sont jetés par an. Pour limiter ce gaspillage, voici une idée de recette à faire chez vous :

CHIPS D'ÉPLUCHURES DE LÉGUMES



Ingrédients :

- Epluchures de légumes
- Huile d'olive
- Epices de votre choix : paprika, cumin, herbes, ail...
- Sel

Préparation :

- Rincer les épluchures
- Ajouter l'assaisonnement
- Ajouter un filet d'huile d'olive sur le tout
- Enfourner 15 min à 200°C

PLUS QU'À VOUS RÉGALER !





MENUS '4 SAISONS' | DU 02 DÉCEMBRE 2024 AU 22 DÉCEMBRE 2024

Vernaison - Déjeuner

Du 02 déc. au 08 déc.

Du 09 déc. au 15 déc.

Du 16 déc. au 22 déc.

LUNDI

Salade verte **BIO**
Rôti de porc aux herbes
Lentilles au jus
Yaourt aromatisé



Chipolatas au jus
Potatoes
Tartare ail et fines herbes
Compote de pommes **BIO** du chef



Brandade de poisson du chef
Cantal AOP
Fruit **BIO** de saison



MARDI

Salade de pépinettes
Cordon bleu
Epinards hachés **BIO**
Fruit **BIO** de saison



Taboulé
Filet de colin sauce citron
Brocolis à la béchamel
Crème onctueuse au chocolat



Sauté de bœuf au jus
Semoule **BIO**
Camembert **BIO**
Compote de pommes



MERCREDI

Céleri râpé frais **BIO** rémoulade
Sauté de volaille sauce forestière
Blé
Flan vanille



Chiffonade de rosette
Sauté de bœuf façon bourguignon
Bouglhour **BIO**
Petit suisse sucré



Filet de poisson meunière
Haricots verts **BIO** persillés
Yaourt nature **BIO**
Gâteau aux pépites de chocolat du chef



JEUDI

Filet de colin sauce crème
Gratin de pommes de terre façon Dauphinois
Cantal AOP
Fruit de saison



Emincé de volaille au jus
Purée aux 3 légumes
Tomme blanche
Gâteau noix de coco du chef



Menu de Noël



VENDREDI

Velouté de légumes du chef
Chili sin carne
Riz **BIO**
Yaourt de la ferme du Chambon



Velouté de courges
Macaroni **BIO** à la bolognaise végétale
BIO
Petit suisse **BIO** aromatisé



Salade de bouglhour **BIO**
Crêpe au fromage
Epinards hachés **BIO**
Velouté fruits mixé



RECETTE ANTI-GASPI'

Un moyen de lutter contre le gaspillage alimentaire !

10M de tonnes d'aliments sont jetés par an. Pour limiter ce gaspillage, voici une idée de recette à faire chez vous :

CHIPS D'ÉPLUCHURES DE LÉGUMES



Ingrédients :

- Epluchures de légumes
- Huile d'olive
- Epices de votre choix : paprika, cumin, herbes, ail...
- Sel

Préparation :

- Rincer les épluchures
- Ajouter l'assaisonnement
- Ajouter un filet d'huile d'olive sur le tout
- Enfourner 15 min à 200°C

PLUS QU'À VOUS RÉGALER !

